

# 3月のお知らせ

東伊興住区センター  
住所 足立区東伊興1-5-22  
TEL・FAX 3899-8531

## 令和6年度教室申込み

3月11日(月)～3月16日(土)

先着順では、ありません

※詳細は裏面をご覧ください

## ★ZUMBA★新規拡大事業

講師 渡邊 由紀先生

3月28日(木) 19:30～20:30

※55歳以上 20名募集 定員になり次第メ切ます。

※3月1日より受付開始(電話申込可)

飲み物・室内シューズ  
動きやすい服装

## ★東伊興落語会★

昨年に引き続き、今年も東伊興住区センターで

落語をお楽しみいただけます。

3月16日(土) 14:00開演

60名募集



ぜひみなさまお誘いあわせのうえお申込ください。

## ★健康まつり★

地域包括支援センター伊興共催

4月11日(木) 10:00～12:00 30名募集

- ①羽尾 貴明医師による『健康の話』
- ②内田 卓史理学療法士による『話と体操』
- ③足趾力測定と結果についての話

## ★はじめてのスマホ教室★

4月19日(金) 13:30～15:30

20名募集

3月5日(火)ウォーキング

は11月中止分です

手ぶらでOK (全員同じスマホ使用)

★スマホ触ったことがないわ。初心者さん。基本の基本してますか？

					金	土
					1 健康体操 10:00～11:00 フレイル計測 11:00～11:45 陶芸 13:00～15:00	2
3 	4 フレイル計測 9:15～11:00	5 民舞 13:30～15:30 夜カラオケ 18:30～20:30 ウォーキング 9:30～	6 吹矢交流会 13:00～15:00 おりがみ 13:30～16:00 華道 19:00～21:00	7 うたごえ 13:30～15:00 初級者健康麻雀 13:00～16:30	8 気功 10:00～11:30	9 児童館行事のため 悠々館利用 できません
10 	11 民謡 13:00～15:30  教室申込み	12 ぬり絵 13:30～16:00	13 フラダンス 10:00～12:00 昼カラオケ 13:00～15:00	14 初級者健康麻雀 13:00～16:30	15 健康体操 10:00～11:00 フレイル計測 11:00～11:45 陶芸 13:00～15:00	16 東伊興落語会 14:00～ 経験者健康麻雀 13:00～16:30
17 	18  館内整理日	19 ダーツ教室 10:00～11:30 民舞 13:30～15:30 夜カラオケ 18:30～20:30	20  春分の日	21 初級者健康麻雀 13:00～16:30	22 気功 10:00～11:30	23 六住区 バンパー大会  経験者健康麻雀 13:00～16:30
24 	25 民謡 13:00～15:30	26 楽しく描く書く 10:00～12:00  役員会18:00～	27 フラダンス 10:00～12:00 昼カラオケ 13:00～15:00	28 新規拡大事業 ZUMBA 19:30～20:30	29	30
31						